

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет»

Институт психологии

Кафедра психологии образования

## КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

# Выпускная квалификационная работа

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

профиль – Психология образования

## Квалификационная работа

допущена к защите

зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Н.Н. Васягина  
подпись

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 г.  
дата

Исполнитель:

Караулова О.В – студент

ПСО-1501z заочного отделения

ПОДПИСЬ

Руководитель ОПОП:

Н.Н. Васягина

ПОДПИСЬ

Научный руководитель:

Герасименко Ю.А. – канд. пед. н.,

доцент кафедры психологии  
образования

ПОДПИСЬ

Екатеринбург 2020 г.

## Содержание

<b>Введение .....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретический анализ коррекции страхов у старших дошкольников.....</b>	<b>7</b>
1.1. Феномен страха в психолого-педагогической литературе .....	7
1.2. Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста .....	14
1.3. Средства коррекции страхов у старших дошкольников .....	21
Выводы по главе 1 .....	27
<b>Глава 2. Эмпирическое исследование коррекции страхов у старших дошкольников.....</b>	<b>29</b>
2.1. Методы и условия реализации эмпирического исследования .....	29
2.2. Результаты эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	34
2.3. Программа коррекции страхов у старших дошкольников.....	41
2.4. Результаты апробации и оценка эффективности реализации коррекционной программы .....	46
Выводы по главе 2.....	52
<b>Заключение.....</b>	<b>55</b>
<b>Список литературы .....</b>	<b>Ошибка! Закладка не определена.58</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>Ошибка! Закладка не определена.64</b>

## Введение

**Актуальность исследования.** В современной действительности повышается количество стрессогенных факторов, воздействующих на личность. Особенно этому негативному влиянию подвержены представители дошкольного возраста, так как ребенок может стать жертвой влияния множества неблагоприятных факторов, способствующих замедлению психических процессов развития личности. Одним из подобных факторов предстают детские страхи.

С одной стороны, страхи в дошкольном возрасте естественны и необходимы, в них развивается воображение ребенка, его творчество. С другой стороны – когда страхи становятся устойчивыми состояниями личности, приводят к негативным эмоциям, они начинают тормозить личностное развитие, приводят к появлению тревожных симптомов. Такие устойчивые страхи становятся объектом изучения и устранения для педагогов и психологов.

Значительное увеличение числа детей дошкольного возраста с различными страхами, которые приводят к повышенной возбудимости и тревожности ребенка, к отставанию развития потенциальных возможностей личности и его внутреннего мира, актуализируют тему исследовательской деятельности.

**Изученность темы.** Рост показателей теоретических и практических исследований тематики детских страхов связан с увеличенным количеством стрессовых ситуаций в воспитательно-педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения. Страхи в старшем дошкольном возрасте лежали в основе исследования А.И. Божович, Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, А.И. Леонтьева, Т.М. Мишиной, Л.А. Петровской, К.Д. Ушинского и др., а также ряда зарубежных авторов: А. Адлер, К. Изард, Ф. Перлз, Г.С. Салливан, Ч. Спилбергер, К. Хорни, Дж. Уотсон, З. Фрейд, Э. Фромм и др. Исследованию детских страхов в контексте семейных отношений посвящены

труды Т.П. Гавриловой, А.С. Спиваковской и др. Особенности детских страхов отражены в трудах Л.С. Акопян, А.И. Захарова, В.С. Мухиной, М.В. Осориной, А.М. Прихожан и др.

**Проблема работы.** Не смотря на разработанность темы, поиск наиболее эффективных путей выявления и преодоления психического неблагополучия старших дошкольников, коррекции детских страхов, остается актуальной тематикой исследований в рамках психологической и педагогической науки.

Все вышесказанное объясняет актуальность темы исследования «Коррекция страхов у старших дошкольников», способствует формированию объекта, предмета, цели и задач, гипотезы исследовательской деятельности.

**Цель исследования** – теоретическое обоснование и апробация программы, направленной на коррекцию страхов у детей старшего дошкольного возраста.

**Объект исследования** – эмоциональная сфера старших дошкольников.

**Предмет исследования** – коррекция страхов у старших дошкольников.

Исходя из вышеизложенного, перед нами были поставлены следующие **задачи** исследовательской деятельности:

- 1) изучение феномена страха в психолого-педагогической литературе;
- 2) выявление возрастных особенностей страхов у представителей старшего дошкольного возраста;
- 3) анализ средств коррекции страхов у старших дошкольников;
- 4) разработка процедуры экспериментального изучения страхов у старших дошкольников;
- 5) составление и апробация программы коррекции страхов у старших дошкольников.

**Гипотеза исследования** коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста будет эффективна, если:

– старшие дошкольники, родители (законные представители) и воспитатели ДООУ будут получать обширную информационную поддержку

относительно страхов, выстроенную с учетом возрастных и индивидуально-личностных особенностей данного периода онтогенеза;

– разработанная программа коррекции будет носить комплексный характер и включать в себя арт-терапевтические техники (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия) в качестве системообразующего и наиболее эффективного метода коррекции в старшем дошкольном возрасте.

**Методы исследования:** для решения поставленных в исследовании задач был использован комплекс методов, включающих в себя:

1. Методы теоретического исследования – теоретический анализ литературы по теме исследовательской работы, анализ и синтез полученных результатов. Теоретическую базу исследовательской работы составили работы в области педагогики и психологии, диссертации, терминологические словари, материалы научных и практических конференций по различным аспектам исследуемой проблемы, электронные ресурсы.

2. Методы эмпирического исследования – методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров), опросник оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

3. Методы математической обработки данных и статистические методы – сравнительный анализ диагностических результатов, U-критерий Манна-Уитни для двух независимых выборок с целью проверки гипотезы о наличии/отсутствии различий между контрольной и экспериментальной группами эмпирической выборки, t-критерий Вилкоксона для двух зависимых выборок для выявления значимых различий.

**Методологическая основа исследования:** в качестве методологической основы исследования в области изучения феномена страха выступают труды П.С. Гуревич, К.Э. Изорд, Е.П. Ильина, А. Кемпинского, А.И. Кравченко, О.С. Фроловой, Ю.В. Щербатых и др., особенности страхов старших дошкольников отражены в работах А.И. Захарова, А.С. Зобова,

В.Г. Колягиной, Ю.В. Михеевой, Л.М. Смирновой, И.А. Фурманова и др., средства коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста выявлены в исследованиях Н.В. Буравцовой, Л.В. Гавриловой, Ю.П. Куприной, Ю.В. Михеевой, Т.Г. Нуржановой, О.Б. Южаковой и др.

**Эмпирическая база исследования** послужил филиал Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад комбинированного вида «Надежда», детский сад № 523. В исследовании приняло участие 44 обучающихся старшего дошкольного возраста, подразделенные на контрольную (22 человека) и экспериментальную (22 человека) группы.

**Практическая значимость:** результаты полученных эмпирических данных могут лежать в основе коррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста в учреждениях дошкольного образования, а также применяться в психолого-просветительской деятельности с родителями (законными представителями) и педагогическими работниками ДООУ в форме консультаций, круглых столов, лекций, практикумов, родительских собраний по предупреждению и коррекции развития страхов у старших дошкольников.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа «Коррекция страхов у старших дошкольников» состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения. Список использованной литературы состоит из 50 источников. Приложение содержит материалы по диагностическому, формирующему и заключительному этапам эмпирического исследования.

## **Глава 1. Теоретический анализ коррекции страхов у старших дошкольников**

### **1.1. Феномен страха в психолого-педагогической литературе**

Проблема страха и его влияние на жизнь индивида и всего общества в целом, предстает мощным социокультурным регулятором и заслуживает пристального внимания в рамках теоретических и практических исследований со стороны современной гуманитарной науки.

Рассматривая работу Е.П. Ильина, можно говорить о том, что в русском языке отсутствует четкое определение, относящееся к страху [12]. Изучение энциклопедических словарей показало, что переживания человеком страха описываются многими словарями, но в трактовке: бояться, страшиться, оробеть, устрашаться, трепетать, испугаться, трястись» и т.п. [12, с. 17].

Толковый словарь представляет определение страха как состояние сильной тревоги, беспокойства, душевного смятения перед какой-либо опасностью, бедой и т.п. [28]. В справочнике по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста страх определяется как «реакция на угрозу человеку как существу биологическому, когда опасности подвергается жизнь человека (витальная угроза), его физическая ценность и т.п.» [29, с. 161].

Рассматривая ведущий термин выпускной квалификационной работы, мы можем говорить о том, что феномен страха является объектом исследования представителей различных направлений научной мысли, при обсуждении проблемы страха используется множество синонимичных терминов – тревога, боязнь, опасение, испуг, фобия. Страх в обыденном сознании понимается как отрицательное эмоциональное явление, связующее

с неприятными чувствами индивида, между тем страх влечет и положительные обстоятельства, выступая защитным механизмом.

Изучение феномена страха, как категориальной составляющей философии, психологии и педагогики, лежит в основе трудов мыслителей от античности до наших дней. Различные аспекты страха затрагивались многими европейскими философами: Эпикур, Платон, Аристотель, Т. Гоббс, Р. Декарт, Б. Паскаль, Б. Спиноза, П. Гольбах, И. Кант, Ж.-Ж. Руссо, Л. Фейербах и т.д. Экзистенциалисты поместили страх в основной фокус своей исследовательской деятельности: С. Кьеркегор, Ж.-П. Сартр, М. Хайдеггер, Н.А. Бердяев и др. До недавнего времени тема страха считалась приоритетной для исследований в рамках таких представителей психологии, как: Д. Айке, В.М. Астапов, Ф.Б. Березин, К.Э. Изард, Х. Келер, А. Кемпинский, З. Фрейд, Э. Фромм, И. Ялом и др.

С точки зрения Е.П. Ильина, страх определяется как «эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека или животного при переживании ими реальной или мнимой опасности для их здоровья и благополучия» [12, с. 26]. В работе Т.А. Умновой страх трактуется как эмоция, являющаяся реакцией на конкретную, реальную опасность, появляющуюся в окружении человека [30]. Рассматривая страх, К.Э. Изорд отмечает, что он предстает реальной частью жизни человека и представляет собой эмоцию в ситуациях, в которых под угрозу поставлено спокойствие и безопасность индивида [10]. Страх, как реакцию на вполне определенные стимулы или ситуации, имеющие возбудителем какого-то конкретно человека, объект, предмет – представляет И.А. Фурманов [34].

Проблеме страха так же уделяется большое внимание в контексте философии. Упоминания о страхе можно встретить в работах мыслителей на протяжении всего исторического развития, страх при этом рассматривался в конкретных концептуальных системах. В качестве феномена культуры, вслед за О.С. Фроловой, мы можем говорить о том, что «страх определяется через корреляцию с категориями «ценность» и «норма» – элементами социальной



системы, наделяемыми в индивидуальном или общественном сознании особым значением и служащими регулятивом поведения людей» [33, с. 26].

Анализируя генезис данного термина, мы можем говорить о том, что Эпикур дифференцировал страх: страх перед богами, страх перед необходимостью, страх перед смертью. Рассматривая работу П.С. Гуревич, выявлено, что в рамках холистической концепции страх представлял крайней степенью трусости, изумления и боязни [9]. Стоическая апатия в качестве идеала предполагала борьбу со страхами и преодоление его составляющих: ужас, робость, испуг, потрясение, мучение. Согласно христианской трактовке, страх подразделяется на три составляющие: Божий страх, выступающий добродетельным, ложный страх, признанный порочным и боязнь [32]. Тем самым страх с одной стороны выступает как следствие нарушения божественных заповедей, порождая чувство вины, с другой – предстает основополагающей характеристикой отношений и выражается в трепетном благоговении перед тайной божественного бытия [9].

В эпоху Просвещения Ж.-Ж. Руссо охарактеризовал страх как естественное общественное состояние [9]. О связи страха с религиозными отчуждениями и необходимости его преодоления упоминал Л. Фейербах [17]. Особое развитие приобрел страх в экзистенциализме, когда посредством страха раскрывалась последняя возможность экзистенции – смерть. Таким образом страх стал лежать в основе подлинного бытия переживаний человека и предстал полноценной философской категорией [20].

В русской философии большое внимание феномену страха уделял Н.А. Бердяев, предлагая различать животный страх, связанный с низшими состояниями жизни и духовный страх, связанный с высшими состояниями [1]. Автор акцентировал внимание на том, что страх с древних времен «есть основной человеческий аффект, он движет историей» [1, с. 198]. По мнению К.Д. Ушинского, страх выступает состоянием-отношением к опасным объектам. С данной позиции страх представляется эмоциональным состоянием с его разновидностями, включающими тревогу [31].

Анализируя труды представителей психоанализа, можно говорить о том, что З. Фрейд определял страх в непосредственной связке с объектом, которого бояться, а источником обозначал «Сверх-Я» [21]. Реальный страх, по мнению автора – это страх перед известной человеку опасностью, является выражением инстинкта самосохранения, тогда как невротический страх связан с опасностью, которая неизвестна человеку. Таким образом был сделан вывод о том, что страх представляет собой специфическое аффективное состояние личности.

Иной точки зрения придерживался Э. Фромм – с позиции автора, источником страха является общество, тем самым страх в неопределенности определяется как «глобальное иррациональное состояние, связанное с иррационализмом социальных структур» [9, с. 163]. К. Хорни указывает на взаимосвязь тревожности и страха, применяя оба этих термина в качестве синонима для обозначения эмоциональной реакции на опасность, которая может сопровождаться такими физическими ощущениями как дрожь, учащенное дыхание и сердцебиение [35]. На основании вышеизложенного мы можем говорить о том, что страх, как и тревога в неопределенности являются адекватными реакциями на опасность, но в случае страха – опасность предстает очевидной.

Анализируя страх, А. Кемпински отмечает, что данное явление столь распространенное и имеет столько разнообразных оттенков, что трудно не только объяснить, но и рационально классифицировать страх в мире человеческих переживаний [14]. С позиции автора, существует четыре вида страха, вызываемого факторами различного характера: биологический, социальный, моральный и дезинтеграционный. Биологический страх возникает при угрозе жизни человека, социальный – характеризует зависимость от общественной среды и складывается из опасения перед общественным порядком и при взаимодействии с социальным окружением. Моральный страх вызывается опасениями самого страха и его последствий, а

дезинтеграционный страх появляется при появлении внезапного и непредвиденного раздражителя [30].

Рассматривая представителей отечественной науки, можно говорить о том, что В.В. Бойко с позиции психофизиологии отмечал, что в состоянии страха активно проявляется правое полушарие, связанное с телесной схемой и эмоциями [2]. Страх, по мнению автора, характеризуется выраженными психоэмоциональным напряжением, когда воздействие сильного раздражителя (триггера), способствует опережающей деятельности эмоционального личностного компонента над мыслительными процессами. Эмоциональное подкрепление, в свою очередь, усиливает яркое запечатление раздражителя и сопутствующих негативных переживаний. Идентичной точки зрения придерживается А.И. Кравченко, отмечая страх бурной кратковременной эмоцией (аффект), возникающей, как правило, в ответ на сильный раздражитель. Тем самым аффект всегда привязан к конкретной ситуации, подчиняет мысли и движения человека [18].

По мнению Е.В. Воскресенской, страх – это негативное эмоциональное переживание, которое испытывает человек при встрече с угрозой или при ее ожидании [4, с. 4]. Раскрывая данное определение, автор говорит о том, что угроза, вызывающая страх, может затрагивать жизнь и здоровье человека, его материальное благополучие или статус в обществе, а также не иметь материального подтверждения, а быть отражением его собственных мыслей. Страх сигнализирует о том, что предстоит важная ситуация, подготавливает к сложности, мобилизует, стимулирует человека подготовиться [4].

Виды страха могут иметь принципиальные различия. Рассматривая страхи, И.С. Сергеев выделил страх перед реальными опасностями, то есть объективно угрожающие здоровью и благополучию личности, страх перед мнимыми опасностями, воспринимающимися личностью как угроза благополучия, страх перед опасностями престижного характера, страх собственной личностной несостоятельности и условно-рефлекторные страхи, возникающие в результате испытанной ранее неприятной ситуации [26].

Анализ работы Е.В. Воскресенской показал, что авторы выделяют следующие виды страха, вслед за Х. Христозовым: по форме и оттенкам проявления (астенический и стенический, адекватный и неадекватный), по степени выраженности (испуг, боязнь, ужас), по форме проявления (витальный, реальный, моральный), по виду (осознаваемые генерализованный, осознаваемый локализованный, неосознаваемый генерализованный и скрытый локализованный), по этапам развития (нерешительность, неуверенность, смущение, боязливость, тревогу, ужас) [4].

Ю.В. Щербатых разделяет все страхи на три группы: биологические, связанные с угрозой жизни, социальные, связанные с изменением социального статуса и экзистенциальные, связанные с самой сущностью человека (характерны для всех людей) [40]. С точки зрения А.С. Зобова все страхи возможно подразделить в соответствии с опасностями, на которых они основаны: реальные и объективно угрожающие здоровью, благополучию личности, мнимые, объективно не угрожающие личности, но воспринимаемые ею как угроза благополучию и престижные, угрожающие поколебать авторитет личности в группе [40].

Рассматривая работу Г.А. Дорофеевой, можно говорить о том, что с медицинской точки зрения, классификация страхов включает в себя: тревожные фобические расстройства (агорафобия, социальные фобии, специфические (изолированные) фобии, другие фобические тревожные расстройства), другие панические расстройства (паническое расстройство, генерализованное тревожное расстройство, смешанное тревожное и депрессивное расстройство), обсессивно-компульсивное расстройство [41]. Анализируя медицинскую классификацию болезней, автор делает вывод о том, что данные указывают на более широкий социально-психологический и социальный контекст, а механизм возникновения фобий схож с механизмом возникновения страхов.

На основании выше представленных данных, мы можем говорить о том, что в самом обобщенном виде страх условно классифицируется на

ситуационный, возникающий в необычных для индивида ситуациях и обстоятельствах и личностно-обусловленный – предполагаемый индивидуально-личностными особенностями. Таким образом страх бывает реальным и воображаемым, острым и хроническим, а также принято выделять возрастные страхи, проявление которых чаще всего совпадают с определенными изменениями и новообразованиями этапа онтогенеза.

Особую теоретическую ценность в психологии составляют исследования, направленные на изучение страхов, связанных с возрастными и гендерными особенностями личности [47]. Так, Н.Н. Авдеева отмечает, что первые страхи наблюдаются у младенцев в форме сепарационной тревоги, на первом году жизни появляются страхи перед незнакомцами, а уже ко второму году – появляется страх высоты, боли, одиночества, животными и т.п. [38]. На основании выше представленного постулата, можно говорить о том, что страхи сопровождают человека на протяжении всего существования и трансформируются в соответствии с индивидуально-личностными особенностями, социальной ситуацией развития, ведущей деятельностью и центральным новообразованием каждого возрастного этапа.

Резюмируя данный параграф, можно говорить о том, что страх – это естественное сопровождение человеческого развития [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**24]. Изучение психолого-педагогической литературы показал, что объективный подход к рассмотрению эмоций страха указывает на то, что несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняет разнообразные функции в жизни человека. Возникновение страха целесообразно, однако – страх становится препятствием для достижения поставленных личностью целей.

На протяжении исторического развития, страх сопровождал людей, выражаясь в боязни темноты, огня, природных явлений и божественной сущности. Страх мобилизовал научный и творческий потенциал, лежал в основе изучения различных направлений областей человеческой деятельности, выступал своеобразным средством познания окружающей

действительности, приводя к более критичному и избирательному отношению к явлениям и предметам. Анализ феномена страха в психолого-педагогической литературе способствовал формированию определения ведущего термина данной исследовательской работы – под страхом мы будем понимать эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека при переживании им реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия.

## **1.2. Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста**

Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временной характер. Однако, именно в дошкольном возрасте страхи возникают чаще, чем в последующие годы.

Рассматривая данный период онтогенеза можно говорить о том, что под старшим дошкольным возрастом понимают возрастной промежуток с 5 до 6-7 лет [Ошибка! Источник ссылки не найден.19]. Ведущим видом деятельности по-прежнему является игра, определяющая позицию ребенка и его восприятие мира, характер общения и отношения со взрослыми и сверстниками, формирование всех основных новообразований периода дошкольного детства [13]. Традиционно сложилось, что воспринимается старший дошкольный возраст как период подготовки к обучению в школе, однако первоочередно этот этап возрастного развития связан с активным входом ребенка в мир социальных отношений, попытками познать социум и определить свое место в этой социальной действительности [25].

Рассматривая психологические особенности детей старшего дошкольного возраста было выявлено, что мышление претерпевает переход от наглядно-образного к образно-схематическому с элементами логического. В данный период онтогенеза осуществляется формирование планирующей функции речи, развивается внутренняя речь, тем самым способами познания

выступает общение со взрослыми и сверстниками, самостоятельная деятельность и экспериментирование. Изучение теоретико-методологической литературы показало, что дошкольный возраст называют возрастом аффективности [19]. Эмоции имеют бурный, но нестойкий характер, что проявляется в ярких, хотя и кратковременных аффектах, в быстром переходе от одного эмоционального состояния к другому.

Углубление знаний об окружающем мире ведет к расширению круга предметов и явлений, к которым старший дошкольник испытывает устойчивое отношение. Развитию эмоциональной сферы способствует речь, благодаря которой ребенок осознает свои чувства и переживания, объясняет их. В старшем дошкольном возрасте формируются высшие чувства: моральные, эстетические, познавательные, усложняется содержание эмоциональной сферы. В.А. Крупчин делает акцент на том, что в старшем дошкольном возрасте интенсивно развивается воображение. «Воображение питается реальным опытом ребенка, чем богаче опыт, тем более яркими являются продукты его воображения», отмечает автор [19, с. 139].

Ярким примером связи воображения и эмоций выступает не только изобразительная и игровая деятельность детей дошкольного возраста, но и количество и содержание детских страхов [27]. Определение решающей связи воображения дошкольника и эмоций, роли воображения как средства опроизволивания страхов, как отмечает, Н.В. Носкова, позволяет наметить генеральную линию изучения, диагностики и последующей коррекции [23].

Детские страхи, как отмечает С.Г. Зубанова, выступают серьезной проблемой для детей и их родителей, ведь с возрастом и развитием высших психических функций, страхи увеличиваются в количестве и становятся все более яркими, агрессивными [7]. Страх относится к общевозрастной проблеме эмоциональной жизни ребенка, поэтому ее психологическая проработка занимает особое место в детской субкультуре преодоления страха – рассказывание страшных историй, детские шалости и испытания храбрости [27]. Детские страхи, как отмечено Л.С. Акопян, в случае нормального

развития являются важным звеном в регуляции поведения ребенка и, в целом, имеют положительный адаптационный смысл [39].

Проблема эмоционального неблагополучия детей дошкольного возраста, в частности, проблема детских страхов, достаточно полно раскрывается в трудах изучения Л.С. Акопян, А.И. Захарова, В.С. Мухиной, М.В. Осориной, А.М. Прихожан и др. Работы Г.М. Бреслав, В.Е. Каган, В.В. Лебединского, А.С. Спиваковского лежат в основе отнесения детей с повышенным количеством страхов к группе риска по неврозам, аддиктивному поведению и эмоциональным личностным наращениям.

Исследуя страхи детей дошкольного возраста, А.С. Зобов пришел к выводу, что в дошкольном возрасте над реальными страхами преобладают мнимые (фантазийные, выдуманные), в содержании которых фигурируют фантастические образы из прочитанных литературных произведений, просмотренных кинофильмов. Однако, ближе к младшему школьному возрасту значимость мнимых опасностей снижается, а реальных страхов – возрастает [11]. Вслед за ним, Е.П. Ильин говорит о том, что с возрастом происходит трансформация доминирующих страхов: «у четырехлетних доминирует боязнь темноты, у пятилетних – боязнь животных, у шестилетних – боязнь смерти, у семилеток – боязнь опоздания в школу и боязнь ошибок» [12, с. 151]. Исходя из представленных данных, мы можем говорить о том, что существует тенденция уменьшения с возрастом частоты проявления одних видов страхов и появления новых видов.

Исследование А.И. Захарова показало, что старший дошкольный возраст – это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено эмоциональным и когнитивным развитием, выросшим пониманием чувства опасности [6]. Исследование автора показало, что центральным страхом является смерть, увеличивается ранг страха смерти родителей. Максимально представлены страхи животных, сказочных персонажей, страх глубины, страшных снов, страх огня. Нарастающее значение проявляет страх чрезвычайных ситуаций (пожар, нападение, война, землетрясение,



наводнение), а также страх заболеть, страх наказания, страх перед засыпанием.

Связующим звеном страхов у старших дошкольников как женского, так и мужского пола – будет страх смерти. Анализ показал, что возникновение страха смерти означает осознание необратимости происходящих возрастных изменений. Старший дошкольник «начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует собой смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть» [6, с. 256].

Страх смерти предстает нравственно-этической категорией, указывающей на зрелость чувств, их глубину, и поэтому наиболее выражен у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, обладающих способностью к абстрактному, отвлеченному мышлению [5]. По данным корреляционного анализа, страх смерти тесно взаимосвязан со страхами нападения, темноты, сказочных персонажей, заболевания и смерти родителей, ночных кошмаров, животных, стихии, огня, пожара и войны. Как мы видим, большинство страхов старших дошкольников – реальные и имеют своей мотивацией угрозу для жизни в прямом или косвенном виде, аффективно заострены на инстинкте самосохранения. А.И. Захаров пишет, что «нападение со стороны кого-либо, равно как и болезнь, может обернуться непоправимым несчастьем, увечьем, смертью. То же относится к буре, урагану, наводнению, землетрясению, огню, пожару и войне как непосредственным угрозам для жизни» [5, с. 47]. Кроме этого автором отмечается тенденция нарастания количества страхов, демонстрирующая следующими цифрами: «если к 4 годам для девочек нормально иметь 7 страхов, а для мальчиков – 9, то к 6-7 годам соответственно 9 и 11-12» [23, с. 143].

Анализируя работы В.Г. Колягиной, можно говорить о том, что под воздействием тревожных переживаний и страхов у детей, первоочередно, страдает эмоциональная сфера [16]. Повышенная тревожность и страхи

отражаются на всех чувствах негативной окраски и становятся тормозящими факторами для развития положительных эмоций ребенка. Автор утверждает, что эмоциональную сферу, охваченную страхом, характеризует эмоциональная вялость, перенапряжение, общая заторможенность, слабость, импульсивные действия и тревожно-пессимистичная оценка будущего [16].

Исследуя эмоциональные новообразования раннего и дошкольного возраста в аспекте проявления детских страхов, В.Г. Колягина делает вывод о том, что в старшем дошкольном возрасте (5-7 лет), количество страхов у мальчиков и девочек возрастает. Преобладающими являются страхи животных (ядовитые змеи, медведи, тигры), нападения, страшных снов, пожара и природных катаклизмов (землетрясение, наводнение), глубины в воде, войны, наказания родителей, медицинских вмешательств (уколы), вида крови, врачей, смерти родителей и собственной смерти [16]. Автор отмечает, что у ребенка старшего дошкольного возраста может отмечаться страх опоздать. Обосновывая предложенную градацию страхов старших дошкольников, автор говорит о том, что в данный период онтогенеза развивается способность к сопереживанию, проявляется чувство стыда, вины и гордости, усложняется психологическая структура страхов. Ребенок осмысленно ориентируется в собственных эмоциональных переживаниях, происходит накопление позитивного и негативного эмоционального поведения в различных ситуациях, а, следовательно, формируется внутренняя оценка поступков и устойчивые формы поведения в ситуации переживания страхов [16].

Проанализировав страхи детей старшего дошкольного возраста, Ю.В. Михеевой и Л.М. Смирновой была сконструирована характеристика видов страхов детей дошкольного возраста на основании диагностического обследования с применением методики А.И. Захарова:

– страх смерти – причины возникновения данного страха связаны с характером опасений, напоминающих о ней, подчеркнутым и определенным образом сфокусированы инстинктом самосохранения;

– страх физического ущерба – причины возникновения данного страха связаны с уменьшением безусловно-рефлекторных, инстинктивно обусловленных страхов, имеющих главным образом условно-рефлекторную природу;

– социально-опосредованные страхи – связаны с боязнью ребенка старшего дошкольного возраста опоздать. Основа данного страха лежит в неопределенном и тревожном ожидании какого-либо несчастья;

– страх животных и сказочных персонажей – связан с непереносимостью эмоционального искажения образа близкого человека, отчуждения от него, потребностью в ласке и любви;

– страх ночных кошмаров – связан с возникновением чувства страха и ужаса, пережитого в прошлом, то есть представляет собой эмоциональный след, который сохраняется в памяти до настоящего времени;

– «медицинские» страхи – причины возникновения данного страха связаны с болью, которая сама по себе является источником сильных негативных эмоций;

– «пространственные страхи – возникновение данного страха рассматриваются в качестве естественного сигнала опасности для индивида [46].

Интересную классификацию детских страхов с учетом их происхождения, как явного, так и скрытого, символичного, предложил И.А. Фурманов [34]. С позиции автора, все страхи детей, в том числе – старшего дошкольного возраста подразделяются на архаические страхи, тревогу отделения, страх потери любви и кастрационную тревогу. Раскроем каждый из страхов в рамках классификации:

– архаические страхи – боязнь темноты, шумов, посторонних, оказаться забыты в незнакомом месте и др.;

– тревога отделения – страх исчезновения, голода, беспомощности, одиночества и др.;

– страх потери любви – боязнь наказания, отвержения. Заброшенности, смерти, землетрясения, грозы и грома и др.;

– кастрационная тревога – боязнь операций, увечий, врачей, зубных врачей, болезней, бедности, грабителей, колдуний, приведений и др. [34, с. 115].

Резюмируя данный параграф, проанализировав многообразие методологических подходов к рассмотрению природы страхов старших дошкольников, можно выделить три наиболее значимых из них. Первая концепция возникновения страхов дошкольников основывается на подходе нейрофизиологов и связывает условно-рефлекторный и инстинктивный механизмы возникновения страхов и тревожности детей с особенностями высшей нервной деятельности, ранним пренатальным и натальным опытом ребенка. Вторая концепция объясняет страх с точки зрения поведенческих реакций дошкольников на осознание физической или социальной угрозы. Третья концепция рассматривает страхи и тревожность детей старшего дошкольного возраста как характеристики поведения, формирующиеся в результате социального научения, неправильного воспитания и «заражения» чувством нестабильности окружающего мира, которое свойственно их родителям.

Ведущим страхом старшего дошкольника является страх смерти – его формирование означает осознание ребенком необратимости в пространстве и времени протекающих временных и возрастных изменений. Дети старшего дошкольного возраста начинают понимать, что взросление на определенном этапе заканчивается смертью, которая видится им как неизбежность, что порождает тревогу, эмоциональное неприятие необходимости умереть.

Кроме этого, анализ теоретико-методологической литературы показал, что для старших дошкольников характерны страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страхи ночных кошмаров, страх природных катаклизмов (огонь, пожар, наводнение) и физического ущерба

(нападение, война), страх заболеть, страхи, связанные с усвоением социальных норм (наказания, опоздания).

### **1.3. Средства коррекции страхов у старших дошкольников**

На сегодняшний день отмечается тенденция к увеличению количества детей со страхами. Причина скрывается не только в индивидуальных особенностях старших дошкольников, но и в наличии личностной неопределенности и беспокойства значительной части социального окружения детей, большого количества стрессов, явной невротизации общества, в отсутствии безопасности, что актуализирует изучения средства коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста. Как отмечает Т.Т. Нуржанова, страхи и эмоциональные нарушения «поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет» [24, с. 138]. В связи с этим важным аспектом является своевременное обращение к специалистам для преодоления страхов детей старшего дошкольного возраста.

Основываясь на работе А.А. Ковалевской, мы можем говорить о том, что «психологическая коррекция определяется как «исправление» и оптимизация процесса психического развития личности, предполагающая использование естественных движущих сил психологического и личностного развития» [15, с. 177]. При этом, вслед за автором мы учитываем, что психологическая коррекция не предполагает исправления недостатков, имеющих органическую основу, и дифференцируем психокоррекцию нормального и аномального развития, а основываемся на постулате, что психокоррекционное воздействие заключается в формировании отсутствующих или недостаточно развитых психологических качеств [15].

Рассматривая средства коррекции детских страхов, большинство представителей психолого-педагогической науки отмечают арт-терапию – это раздел психокоррекционной работы, основой которого является использование творческих видов деятельности. Полифункциональность арт-терапии представлена в трудах Л.А. Белозеровой, К.А. Володиной,

Т.Г. Глухой, О.А. Ионова, А.И. Копытина, Л.А. Лебедевой, Д.С. Хомякова и др.

Анализ литературы показал, что творческий процесс позволяет в символической форме трансформировать проблемную ситуацию страхов и найти пути ее разрешения, выразить эмоции и осознать переживания дошкольника. Наиболее предпочтительными направлениям арт-терапии при коррекции страхов старших дошкольников, по нашему мнению, выступают – изотерапия, пластилинотерапия, песочная терапия, сказкотерапия.

Изотерапия как технология основана на использовании изобразительного искусства в решении коррекционных задач. Ю.П. Куприна замечает, что изотерапия связана с укреплением психического здоровья ребенка, она выполняет психогигиенические, профилактические и коррекционные функции, имеет свои методы и приемы [45]. Образы художественного творчества детей старшего дошкольного возраста отражают страхи, конфликты, воспоминания, мечты, которые ребенок переживает эмоционально в основном в зрительных образах. В работе Л.С. Акопян отмечено, что графическое изображение детьми страхов помимо диагностического, терапевтического аспекта, выступает методом коррекции детских страхов [39]. Анализируя работу О.Б. Южаковой, можно говорить о том, что в профилактической и коррекционной работе со старшими дошкольниками изотерапия позволяет: обеспечить эффективное эмоциональное отреагирование, способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит, создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции, оказывает влияние на осознание детьми своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе [37, с. 108-109.]. Таким образом, рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными и

травмирующими образами. О том, что страх можно рисовать (изотерапия) и слепить (пластилинотерапия), отмечено в труде Ю.В. Михеевой [46].

Анализируя пластилинотерапию, мы можем говорить о том, что данный вид арт-терапии схож глиняной терапией и предполагает взаимодействие ребенка старшего дошкольного возраста с пластилином для решения психотерапевтических задач. Ю. М. Едиханова отмечает, что «концептуальной базой этого метода являются глубинные психоаналитические практики, включающие анализ бессознательных моментов в психике человека, аффективно-инстинктивных импульсов, процессов и механизмов защиты как отражение актуальных личностных проблем, анализ конфликтов, вытесненных в раннем детстве в сферу бессознательного, диагностика и осознание скрытых возможностей» [43]. На основании вышеизложенного можно говорить о том, что благодаря работе с пластилином старший дошкольник способен прояснить вопросы, которые тревожат в данный момент, выявить причину страха.

С точки зрения И.В. Максимовой, метод «терапии песком» является для детей самым близким и безопасным, поскольку позволяет получить комплексный образовательно-терапевтический эффект [22]. Автор отмечает, что песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходят отреагирование внутреннего напряжения и поиск путей решения [22]. Анализ теоретико-методологической литературы показал, что песочная терапия направлена на высвобождение страхов, комплексов, избавление от проблем эмоционального напряжения при помощи песка в игровой форме [49].

Рассматривая сказкотерапию, можно говорить о том, что под данным видом арт-терапии понимается «набор способов передачи знаний о социальной реализации человека, сообразной его духовной природе» [44].

Опираясь на результаты эксперимента А.Х. Сачковой и исследования Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, мы можем говорить о том, что методы сказкотерапии доступны для коррекции преобладающих страхов детей старшего дошкольного возраста [50]. Следовательно, можно сделать вывод о том, что сказкотерапия помогает снять у детей чувство тревожности, страха, изменяется самоотношение, развивается творческое воображение, что свидетельствует о психокоррекционных свойствах [36].

О применении метафорических ассоциативных карт в коррекции детских страхов говорит Н.В. Буравцова. Практический опыт автора показывает, что при психокоррекции детских страхов эффективно использовать портретные наборы ассоциативных карт, к примеру: «Я и все-все-все» (К. Крюгер), «Волшебный сундучок» (М.А. Лебедева), «Исцеление внутреннего ребенка» (И.И. Орда), а также «Детские страхи и комплексы» (В. Алексеенко), «Childhood» (Ю. Святенко) и настольную игру «Опасности волшебного леса» (О.В. Хухлаева). Автор отмечает, что «применение методов арт-терапии и, в частности, ассоциативных карт, нарративной психотерапии, сказкотерапии делает работу специалиста более эффективной, способствует формированию новых представлений и ассоциаций по отношению к имеющемуся травмирующему опыту, а также стратегий совладания со страхами» [3, с. 22].

Анализируя работу Л.В. Гавриловой и М.А. Козловой, можно говорить о том, что в психолого-педагогической литературе предлагается множество методик по коррекции и профилактике страхов. В связи с тем, что в старшем дошкольном возрасте страхи успешно подвержены психологическому воздействию за счет обусловленности эмоциями ребенка и во многом носят возрастной характер, целесообразным является применение эффективных и простых методик воздействия: рисование страха, сочинение рассказа на тему страха, использование игры и театрализованные представления, использование синемалогии, фантазирование. Раскроем каждый из них более подробно.



– рисование страха – авторы отмечают, что невротический ребенок должен изобразить свой страх, визуализировать его средством изотерапии. В течение двух недель ребенку предлагается изображать страхи, затем – подумать и изобразить на обратной стороне листа «как он не боится данного страха» [8, с. 260]. Таким образом бессознательный страх выводится на уровень сознания и, размышляя над своим страхом, ребенок самоизлечивается. Если ребенок говорит о том, что страх слишком сильный и он не знает, что нужно сделать для того, чтобы избавиться от него – психолог может совместно с ребенком сжечь изображения страха со словами: «Вот видишь, от него осталась маленькая горстка пепла, а сейчас мы ее сдуем и страх испариться»;

– сочинение рассказа на тему страха – в данном случае задача лежит в приближении ребенка к реальности для того, чтобы произошло осознание абсурдности страха через введение в рассказ элементов юмора;

– использование игры, театрализованных представлений – на коррекционных занятиях детям предлагается сочинить сказку, придумать страшную историю и проиграть сюжеты в группе. В группе детей старшего дошкольного возраста предпочтительно использовать сценки из реальной жизни, театрализацию литературных произведений и терапевтических сказок, к примеру: «Храбрый Тяпа» (Р. Тайгер), «Сказка о страхе» (Е. Серова), «Трусливый Ваня» (К.Д. Ушинский), «Приключение муравьишки» (В. Бианки), «Я побеждаю страхи» (Е.А. Ульева), «Чудище-горынище» (русская народная сказка), «У страха глаза велики» (русская народная сказка), а также импровизировать на предложенную тему: «Вас остановил милиционер», «Вы опоздали на занятие и стоите перед дверью», «Во дворе перед подъездом лежит большая лохматая собака»;

– использование синемалогии – применение фильмов и мультфильмов точно по теме страха с положительным концом, позволяет справиться со страхами путем ассоциирования себя с главными героями. К примеру, для старшего дошкольного возраста могут быть использованы:

«Ахи-Страхи. Ничуть не страшно» (Союзмультфильм), «Ахи-Страхи. Змей на чердаке» (Союзмультфильм), «Паучок Лукас» (Pixar), «Страхи» (Vancouver Film School), «Лунный свет» (Sweet Dream), «На выход!» (Esma), «Сказки-потешки. Страх» (Toonbox);

– фантазирование – в связи с тем, что не все страхи выражены корректно, превалирует неопределенность, необъяснимая тревожность и подавленность эмоций, авторами предлагается пофантазировать на тему «Как я представляю свой страх» с ответом на вопросы как он выглядит, какого он размера, чем пахнет, какой страх на ощупь. Ребенку предлагается побыть этим страхом и рассказать от его имени о своих ощущениях, для чего он пугает людей и как от него можно избавиться.

Психокоррекционные упражнения, в которых используются средства арт-терапии имеют преимущества, к которым принято относить отсутствие утомляемости, сохранение высокой работоспособности, личную заинтересованность дошкольников и отсутствие больших финансовых затрат для реализации коррекционной работы [42].

В современной действительности для полноценного и гармоничного развития личности детей особенно важным является выбор способов системного формирования и коррекции психики ребенка, учитывая его индивидуально-личностное развитие на всех этапах онтогенеза, начиная с дошкольного периода, который имеет особую важность. Резюмируя данный параграф, мы можем говорить о том, что нами представлена предпочтительная психокоррекционная работа с детьми старшего дошкольного возраста, основой которого является использование творческих видов деятельности – арт-терапия.

Выявив разнообразие видов и представив изотерапию, пластилинотерапию, песочную терапию, сказкотерапию, а также применение метафорических ассоциативных карт, театрализованных представлений и синемалогии в коррекции детских страхов, нами было выявлено, что арт-

терапия выступает средством коррекции страхов старших дошкольников и может быть использована для оказания коррекционной помощи детям.

## **Выводы по главе 1**

Глава теоретического анализа коррекции страхов у старших дошкольников посвящена изучению феномена страха в психолого-педагогической литературе, выявлению возрастных особенностей страхов у представителей старшего дошкольного возраста и анализу средств коррекции страхов у старших дошкольников.

Рассматривая феномен страха в психолого-педагогической литературе (П.С. Гуревич, К.Э. Изорд, Е.П. Ильин, А. Кемпинский, А.И. Кравченко, О.С. Фролова, Ю.В. Щербатых и др.) было выявлено, что под страхом понимают эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека при переживании им реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия. Страх выполняет разнообразные функции в жизни человека и сопровождает его на всех возрастных периодах, однако, не смотря на целесообразность своего возникновения, страх становится препятствием для достижения поставленных личностью целей.

Изучение особенности страхов детей старшего дошкольного возраста показало, что существует несколько методологических подходов и концепций к рассмотрению возникновения страхов дошкольников (в рамках инстинктивных механизмов, поведенческих реакций и в результате социального научения). Теоретико-методологический анализ трудов А.И. Захарова, А.С. Зобова, В.Г. Колягиной, Ю.В. Михеевой, Л.М. Смирновой, И.А. Фурманова показал, что ведущим страхом старшего дошкольника является страх смерти – его формирование означает осознание ребенком необратимости в пространстве и времени протекающих временных и возрастных изменений. Кроме этого, для старших дошкольников характерны страхи животных, страхи сказочных персонажей,

страх глубины, страхи ночных кошмаров, страх природных катаклизмов (огонь, пожар, наводнение) и физического ущерба (нападение, война), страх заболеть, страхи, связанные с усвоением социальных норм (наказания, опоздания).

Представляя средства коррекции страхов у старших дошкольников, рассматривая работы Н.В. Буравцовой, Л.В. Гавриловой, Ю.П. Куприной, Ю.В. Михеевой, Т.Г. Нуржановой, О.Б. Южаковой и др. нами было выявлено, что основой психокоррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста, является использование творческих видов деятельности – арт-терапия. Выявив разнообразие видов и обосновав арт-терапию как средство коррекции страхов старших дошкольников, нами выявлены и представлены изотерапия, пластилинотерапия, песочная терапия, сказкотерапия, а также применение метафорических ассоциативных карт, театрализованных представлений и синамалогии в коррекции детских страхов.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование коррекции страхов у старших дошкольников**

### **2.1. Методы и условия реализации эмпирического исследования**

Эмпирическое исследование коррекции страхов у старших дошкольников осуществлялось в 2019-2020 учебном году на базе филиала Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида «Надежда» – детский сад комбинированного вида № 523 (МБДОУ д/с № 523) г. Екатеринбурга.

Анализ нормативно-правовых актов показал, что учреждение осуществляет в качестве основной цели деятельности образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, присмотр и уход за детьми. Вид деятельности – предоставление дошкольного образования по образовательным программам дошкольного образования, присмотр и уход за детьми.

Дошкольное образовательное учреждение осуществляет образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, присмотр и уход за детьми в возрасте от 2 месяцев до 7 лет при возможности организации в учреждении режима дня, соответствующего анатомо-физиологическим особенностям каждой возрастной группы, что обосновывает выбор базы эмпирического исследования коррекции страхов у старших дошкольников.

В нашем исследовании приняли участие воспитанники старшей возрастной группы дошкольного возраста от 5 до 6 лет в общем количестве 44 человека. Выборка была разделена на две равнозначные группы по 22 человека: контрольная и экспериментальная группы. Проанализируем социальные и психолого-педагогические особенности старших групп МБДОУ д/с № 523, участвующих в выборке исследования.

На основании данных медицинских карт и анкет родителей можно говорить о том, что особых противопоказаний у детей нет. В выборке три девочки с ослабленным здоровьем и один мальчик с хроническим заболеванием, также есть дети с нарушением осанки и зрения. Большинство имеет одинаковый социальный статус, но существуют воспитанники, находящиеся под опекой и попечительством, присутствуют дети из многодетных семей.

Как правило, родители преимущественно интересуются жизнью группы. Со всеми детьми в течение учебного года педагогический состав работает на основе сотрудничества, проводит творческие эксперименты. Изучение личных дел и отчетных документов педагогического состава, работающего с данными возрастными группами воспитанников МБДОУ д/с № 523, показало, что на протяжении посещения образовательного учреждения дети развивались согласно возрастным нормам и по всем направлениям развития анализ показал положительную динамику и высокие результаты.

Психологическая атмосфера в детском коллективе старших групп доброжелательная, позитивная. Преобладают партнерские взаимоотношения и совместная деятельность детей в процессе игровой и учебной деятельности. Конфликты между детьми, если и возникают, то быстро и продуктивно разрешаются, преимущественно – без помощи взрослых. Все дети разносторонне развиты, многие из них дополнительно занимаются в различных кружках, секциях, в том числе на базе дошкольного образовательного учреждения.

Непосредственная работа по коррекции страхов у старших дошкольников на базе МБДОУ д/с № 523 осуществлялась с ноября 2019 года по конец декабря 2019 года. Охарактеризуем этапы модели коррекции страхов у старших дошкольников, представленные в приложении 1 к выпускной квалификационной работе.

1) подготовительный этап – на данном этапе осуществлялось формирование выборки исследования, подбор диагностических методик в соответствии с целью деятельности, анализ теоретико-методологической литературы по теме страхов детей старшего дошкольного возраста;

2) диагностический этап – данный этап был направлен на проведение первичного диагностического исследования выборки, обработку данных и интерпретацию первичных результатов, распределение выборки на контрольную и экспериментальную группы;

3) формирующий этап – в соответствии с полученными данными первичной диагностики, данный этап включил в себя разработку программы коррекции страхов у старших дошкольников, составление календарно-тематического плана и реализацию формирующего эксперимента со старшими дошкольниками экспериментальной группы на базе МБДОУ д/с № 523;

4) заключительный этап – на данном этапе исследования была осуществлена контрольная диагностика контрольной и экспериментальной группы, осуществлен качественный и количественный анализ данных, произведены статистические расчеты и выявлена оценка эффективности реализации коррекционной программы, сформированы выводы эмпирического исследования коррекции страхов у старших дошкольников.

Рассматривая направления исследовательской деятельности, можно говорить о том, что непосредственная коррекция страхов у старших дошкольников на базе МБДОУ д/с № 523 осуществлялась через работу с детьми старшего дошкольного возраста, с родителями (законными представителями) воспитанников и с воспитателями старших возрастных групп дошкольного образовательного учреждения.

Работа с воспитанниками старшего дошкольного возраста включала в себя непосредственную реализацию программы коррекционных занятий в рамках календарно-тематического плана программы. Работа с родителями (законными представителями) заключалась в осуществлении психолого-

просветительской деятельности, где семьям участников экспериментальной группы старших дошкольников были разъяснены цели и задачи осуществляемой работы в рамках коррекционной программы, а также производилась информационная работа по знакомству с темой страхов детей дошкольного возраста. Основная задача такой работы – формирование у родителей (законных представителей) представления о том, что им принадлежит решающая роль в процессе профилактики страха и его преодоления у детей дошкольного возраста. Работа с воспитателями старших возрастных групп дошкольного образовательного учреждения была проведена в рамках психолого-просветительской деятельности для большего охвата формирующим влиянием коллектива экспериментальной группы. Здесь значительное внимание уделяется объяснению того, какое влияние может оказать страх как устойчивая черта личности на развитие ребенка старшего дошкольного возраста, успешность его деятельности, его будущее.

Перейдем к рассмотрению диагностического инструментария. Исследование проводилось в групповой и индивидуальной форме, а также с помощью наблюдения за деятельностью воспитанников и бесед с воспитателем данной возрастной группы. Испытуемым были предложены и зачитаны задания, выданы бланки для ответов, стимульный материал и проведена детальная инструкция. Исследование осуществлялось в очной форме при раздаче, заполнении и сборе заполненных диагностических карт. В соответствии с целью выпускной квалификационной работы была подобрана батарея диагностических методик, направленная на выявление существующих страхов детей старшего дошкольного возраста. Рассмотрим подобранный нами диагностический материал более подробно.

1) Методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) – основной целью данной диагностической методики является выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей дошкольного возраста. Ребенку предлагался стимульный материал в виде двух нарисованных домов – красного и черного. В эти дома дошкольнику при помощи



экспериментатора нужно было расселить 29 страхов: в красный дом – все «нестрашные», а в черный – «страшные» страхи. После выполнения задания детям предлагалось закрыть страшный дом на замок, который они сами рисовали и выбросить ключ, тем самым снизив тревожность и успокоив испытуемого дошкольника. Интерпретация результатов предполагает количественный и качественный анализ преобладающих страхов и соотнесение данных с возрастными нормами страхов и их распределения [Ошибка! Источник ссылки не найден.12].

2) Проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров) – проективная методика направлена на выявление страхов у детей дошкольного возраста. После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания дошкольника о том, что его пугает, ему предлагался лист бумаги и цветные карандаши, детальная инструкция: «Давайте нарисуем то, чего ты больше всего боишься». В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. Качественная интерпретация предполагает выявление ведущего страха детей дошкольного возраста, персонификацию детских страхов [12].

3) Опросник оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко) – данный опросник предназначен для определения уровня тревожности детей дошкольного возраста путем опроса значимых взрослых, в нашем случае – родителей (законных представителей) воспитанников старшего дошкольного возраста. Родителям воспитанников предлагалось ответить на 20 утверждений. Обработка результатов осуществлялась приравниванием положительного ответа на утверждении оценкой в 1 балл и подсчетом итоговой суммы баллов. На основании количественной обработки делался вывод об уровне тревожности в соответствии с диагностическим ключом: низкий, средний и высокий уровни тревожности [48].

Математико-статистический анализ данных был проведен в программном пакете для статистического анализа Statistica 8 с применением t-критерия Вилкоксона – непараметрического статистического критерия,

используемого для проверки различий между двумя выборками парных измерений для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях (первичная и контрольная диагностика) на одной и той же выборке испытуемых.

Резюмируя данный параграф можно говорить о том, что нами представлена база исследовательской деятельности, представлены социальные и психолого-педагогические особенности воспитанников старшего дошкольного возраста дошкольного образовательного учреждения, раскрыты содержание этапов эмпирического исследования, дана характеристика используемых методов и диагностических методик.

## **2.2. Результаты эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста**

На основании цели и гипотезы исследовательской работы, в соответствии с диагностическим этапом исследовательской деятельности, нами была проведена диагностика старших дошкольников МБДОУ д/с № 523 с помощью подобранного и ранее описанного диагностического инструментария. Остановимся на качественном и количественном анализе эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Данные, полученные с помощью методики «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) были проанализированы, систематизированы и представлены в виде сводного протокола в приложении 2 к выпускной квалификационной работе. Перейдем к интерпретации полученных результатов, представив процентное соотношение выраженности страха на диагностическом этапе в таблице 1.

Таблица 1

Процентное соотношение выраженности страха на диагностическом этапе по методике «Страхи в домиках»

Выраженность страха (n=44 человека)	Мальчики	Девочки
-------------------------------------	----------	---------

Высокий уровень	59%	64%
Средний уровень	36%	27%
Низкий уровень	5%	9%

Рассматривая таблицу 1, мы можем говорить о том, что низкий уровень выраженности страха выявлен у 5% мальчиков и 9% девочек старшего дошкольного возраста, средний уровень и соответствие возрастной норме характерно для 36% мальчиков и 27% девочек. Диагностическое обследование показало, что для большинства старших дошкольников характерен высокий уровень выраженности страха – 59% мальчиков и 64% девочек, что свидетельствует о том, что число страхов превосходит норму у сверстников, из чего можно сделать вывод, что это показатель невротического состояния, развитие высокой тревожности представителей старшего дошкольного возраста.

Произведем анализ преобладающих страхов старших дошкольников, выявив ранговый коэффициент по количеству выборов страхов и соотнесем его с видом страхов по А.И. Захарову, представив полученные данные в таблице 2.

Таблица 2

Ранговый коэффициент страхов старших дошкольников на диагностическом этапе по методике «Страхи в домиках»

Страхи (n=44 человека)	Ранг	Вид страха	Кол-во выборов (%)
Страх смерти родителей	1.	Страх смерти	91%
Страх одиночества	2.	Соц.-опосред. страхи	82%
Страх сказочных персонажей	3.	Страх животных и сказочных персонажей	73%
Страх потерять маму или папу	4.	Соц.-опосред. страхи	70%
Страх опозданий	5.	Соц.-опосред. страхи	68%
Страх животных	6.	Страх животных и сказочных персонажей	68%
Страх темноты	7.	Страхи кошмарных снов	66%
Страх нападения бандитов	8.	Соц.-опосред. страхи	66%
Страх огня	9.	Страх физического ущерба	57%
Страх войны	10.	Страх физического ущерба	55%
Страх пожара	11.	Страх физического ущерба	45%
Страх высоты	12.	«Пространственные» страхи	45%
Страх заболеть	13.	«Медицинский» страх	39%

Страх транспорта	14.	Страх физического ущерба	39%
Страх умереть	15.	Страх смерти	36%
Страх природных катаклизмов	16.	Страх физического ущерба	32%
Страх укулов	17.	«Медицинский» страх	32%
Страх незнакомцев	18.	Соц.-опосред. страхи	30%
Страх боли	19.	«Медицинский» страх	30%
Страх наказаний	20.	Соц.-опосред. страхи	27%
Страх замкнутого пространства	21.	«Пространственные» страхи	20%

Продолжение таблицы 2

Страхи (n=44 человека)	Ранг	Вид страха	Кол-во выборов (%)
Страх ночных кошмаров	22.	Страхи кошмарных снов	16%
Страх воды	23.	«Пространственные» страхи	16%
Страх глубины	24.	«Пространственные» страхи	14%
Страх перед тем, как заснуть	25.	Страхи кошмарных снов	11%
Страх крови	26.	«Медицинский» страх	11%
Страх врачей	27.	«Медицинский» страх	9%
Страх внезапных звуков	28.	Страх физического ущерба	9%
Страх больших улиц, площадей	29.	«Пространственные» страхи	5%

Анализируя таблицу 2, можно говорить о том, что для большинства старших дошкольников (91%) характерен страх смерти родителей, далее ранговое распределение страхов старших дошкольников было построено следующим образом: страх одиночества – 82%, страх сказочных персонажей – 73%, страх потери родителей – 70%, страх опозданий – 68%, страх животных – 68%, страх темноты – 66%, страх нападения бандитов – 66%, страх огня – 57%, страх войны – 55%. Полученные данные свидетельствуют, что для представителей дошкольного возраста в большей степени характерны: страх смерти, причинами опасения которого является инстинкт самосохранения, социально-опосредованные страхи, характеризующиеся неопределенным и тревожным ожиданием какого-либо несчастья, а также страхи животных и сказочных персонажей, связанные с непереносимостью эмоционального искажения образа близкого отчуждения от него, потребностью в ласке и любви.

Первичная диагностика показала, что наименьшее чувства страха вызывают: страх перед тем, как заснуть – 11%, страх крови – 11%, страх врачей – 9%, страх внезапных звуков – 9% и страх больших улиц, площадей

– 5%. Проранжировав страхи старших дошкольников было выявлено, что такие виды страха как «пространственные» и «медицинские» страхи, являются наименее опасными и вызывают наименьшую тревожность дошкольников.

Остановливаясь на количественном и качественном анализе проективной методики «Мои страхи» (А.И. Захаров), можно говорить о том, что данная методика позволяет определить персонажей, вызывающих страх детей старшего дошкольного возраста.

Рассматривая рисунки выявлено, что большинство дошкольников изображали ведущие страхи в центральной части листового формата, занимая большую площадь и акцентируя внимание на изображенном страхе. При изображении страхов использовали темные тона, черный и серый цвет, что подчеркивает отсутствие жизнерадостности, тревожность. В основном дети рисовали смазанные образы, или рисунки, в которых было выражено большое число отчетливых, но непересекающихся линий, применяли сильный нажим и жесткую штриховку. Проанализировав рисунки детей, мы можем говорить о том, что объектами страха являются: магические персонажи, сказочные персонажи из мультфильмов, кинофильмов и мобильных игр, животные и насекомые, природные катаклизмы, чрезвычайные происшествия. Примеры детских рисунков к проективной методике «Мои страхи» (А.И. Захаров) представлены в приложении 3.

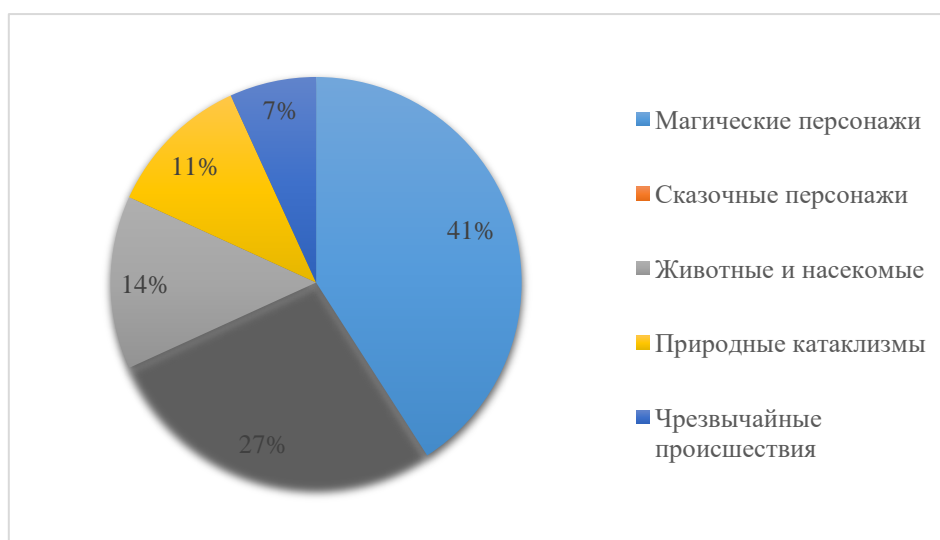


Рис. 1. Процентное распределение выявленных страхов дошкольников на диагностическом этапе по методике «Мои страхи»

Рассматривая рисунок 1, мы можем говорить о том, что для 41% обследуемых дошкольников характерен страх магических персонажей (приведения, вампир, зомби). Страх сказочных персонажей, к которым дошкольники отнесли Волан-де-Морда, Таноса из «Мстителей», Зефирку из «Холодное сердце», Эндермена из «Майнкрафт», Кримпера из «Майнкрафт», выявлен у 27% старших дошкольников. Такие животные, как волк, крыса, змея и насекомые – пауки, червяки, осы, являются преимущественным личностным страхом 14% диагностируемых. Для 11% представителей старшего дошкольного возраста характерен страх природных катаклизмов, к которым мы отнесли изображенные торнадо, смерч, наводнение. Чрезвычайные происшествия, взрыв и пожар – являются ведущим личностным страхом 7% старших дошкольников.

Рассматривая данные, полученные с помощью опросника оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко), мы можем говорить о том, что полученные данные были проанализированы, систематизированы и представлены в виде сводного протокола в приложении 4 к выпускной квалификационной работе. Перейдем к интерпретации полученных результатов, представив процентное соотношение выраженности тревожности на диагностическом этапе в таблице 3.

Таблица 3

Процентное соотношение выраженности тревожности на диагностическом этапе по опроснику оценки уровня тревожности

Уровень тревожности (n=44 человека)	Мальчики	Девочки
Высокий уровень	14%	14%
Средний уровень	64%	64%
Низкий уровень	22%	22%

На основании данных, представленных в таблице 3, мы можем говорить о том, что высокий уровень тревожности, негативно влияющий на

развитие личности и приводящий к ее дезадаптации и невротизации дошкольника, выявлен у 14% мальчиков и 14% девочек старшего дошкольного возраста. Для большинства, а именно – 64% мальчиков и 64% девочек, характерны срединные показатели уровня тревожности. Низкий уровень тревожности диагностирован у 22% мальчиков и 22% девочек.

Для реализации формирующего эксперимента, выборка детей старшего дошкольного возраста была подразделена на две равнозначные группы: контрольная (22 человека) и экспериментальная (22 человека) группы. С целью статистической проверки между контрольной и экспериментальной группами эмпирической выборки, был применен U-критерий Манна-Уитни для двух независимых выборок.

Таблица 4

Результаты статистической проверки различий на диагностическом этапе

Исследуемые параметры	Контрольная группа (n=22)	Экспериментальная группа (n=22)	U	p-value
Выраженность страхов	464,50	525,50	211,20	0,481
Уровень тревожности	430,00	560,00	177,00	0,130

В соответствии с данными, представленными в таблице 4, мы можем говорить о том, что статистическая проверка с применением U-критерия Манна-Уитни при  $p < 0,05$ , показала отсутствие значимых различий показателей контрольной и экспериментальной группы по таким исследуемым параметрам, как выраженность страхов и уровень тревожности, что позволяет переход к анализу процентного соотношения и интерпретации результатов контрольной и экспериментальной группы, представленного в таблице 5 и таблице 6.

Таблица 5

Процентное соотношение исследуемых параметров на диагностическом этапе по методике «Страхи в домиках»

Выраженность страха	Контрольная группа (n=22)	Экспериментальная группа (n=22)
Высокий уровень	59%	64%

Средний уровень	27%	36%
Низкий уровень	14%	0%

Деление выборки старших дошкольников показало, что высокий уровень выраженности страха характерен для 59% контрольной и 64% экспериментальной групп. Срединные показатели выраженности выявлены у 27% контрольной и 36% экспериментальной группы детей старшего дошкольного возраста. Низкий уровень – у 14% контрольной группы и не выявлен у экспериментальной (0%).

Таблица 6

Процентное соотношение исследуемых параметров на диагностическом этапе по опроснику оценки уровня тревожности

Уровень тревожности	Контрольная группа (n=22)	Экспериментальная группа (n=22)
Высокий уровень	14%	14%
Средний уровень	54%	72%
Низкий уровень	32%	14%

Изучение таблицы 6 показало, что высокий уровень тревожности выявлен у 14% старших дошкольников как контрольной, так и экспериментальной группы. Средний уровень характерен для большинства – 54% контрольной и 72% экспериментальной групп. Низкий уровень тревожности, с точки зрения родителей (законных представителей) детей старшего дошкольного возраста, присущ 32% контрольной и 14% экспериментальной групп.

Анализируя диагностический этап исследовательской деятельности и проведенный количественный и качественный анализ диагностических методик, мы можем говорить о том, что у большинства детей старшего дошкольного возраста (59% контрольной и 64% экспериментальной групп) выявлен высокий уровень выраженности страхов с преобладанием страха смерти, социально-опосредованных страхов и страхов животных и сказочных персонажей. Опросник, заполняемый родителями (законными



представителями) старших дошкольников выявил средний уровень тревожности (54% контрольная и 72% экспериментальная группы).

На основании полученных данных актуализируется разработка программы коррекции страхов у старших дошкольников, что благоприятно влияет на цель выпускной квалификационной работы.

### **2.3. Программа коррекции страхов у старших дошкольников**

В соответствии с результатами эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста, на основании анализа теоретико-методологической литературы, а также в соответствии с гипотезой выпускной квалификационной работы, заключающейся в предположении что, коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста будет эффективна, если разработанная программа коррекции будет носить комплексный характер и включать в себя арт-терапевтические техники (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия) в качестве системообразующего и наиболее эффективного метода коррекции в старшем дошкольном возрасте, была разработана и реализована программа коррекции страхов старших дошкольников на базе МБДОУ д/с № 523 г. Екатеринбурга.

Актуальность программы обусловлена тем, что в современной действительности повышается количество стрессогенных факторов, воздействующих на личность. Особенно этому негативному влиянию подвержены представители дошкольного возраста, так как ребенок может стать жертвой влияния множества неблагоприятных факторов, одним из которых выступают детские страхи, что способствует замедлению психических процессов развития личности. Актуальность заявленной проблемы вытекает из необходимости реализации коррекционных мероприятий, направленных на снятие страхов и неврозов у старших дошкольников, в том числе арт-терапевтическими средствами.

Цель программы: создание условий психологической коррекции, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Формирование и развитие эмоциональной сферы личности старших дошкольников.
2. Десенсибилизация ведущих страхов старших дошкольников, снижение выраженности страхов.
3. Снижение уровня тревожности и нейтрализация эмоционально-негативных переживаний.

Срок реализации программы: программа рассчитана на 10 занятий. Продолжительность одного занятия 30 минут. Занятия проводились два раза в неделю по вторникам и четвергам, основывались от организации воспитательно-образовательного процесса дошкольного образовательного учреждения и графиком трудовой деятельности педагога-психолога образовательного учреждения.

Типы занятий: групповое, индивидуальное.

Структура занятия: каждое занятие начинается с приветствия и разминки, содержит основную часть коррекционной деятельности с применением арт-терапевтических техник, и завершающий этап – рефлексивный анализ занятия (ритуал прощания).

Программа включала в себя специально организованную работу по освоению получаемых в группе навыков и переносу их в реальную жизнь. Это работа предполагала систему домашних заданий: ведение родителями (законными представителями) дневников эмоциональных состояний детей, чтение специально подобранной литературы, повторение упражнений, которые ребенок выполнял в рамках коррекционной программы на базе учреждения.

Методы, формы и приемы работы: арт-терапевтические техники (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия) как эффективный метод коррекции детских страхов и осознания своего

эмоционального состояния, наиболее доступный и привлекательный вид деятельности детей старшего дошкольного возраста.

Методологическую основу программы составили теоретические труды и практические разработки Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, В.Г. Колягиной, Е.А. Селивановой, А.И. Ташевой, О.В. Хухлаевой и др.

Принципы и психологические механизмы реализации программы:

1) принцип разнообразия детства – сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, восприятие детских страхов как естественного феномена данного возрастного периода;

2) принцип личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия – предполагает уважение и принятие личности старшего дошкольника, доброжелательность и внимание к нему;

3) принцип индивидуализации – индивидуальное наблюдение за старшим дошкольником, сбор данных о нем, анализ действий и поступков, помощь в сложных ситуациях, предоставление возможности выбора в разных видах деятельности и др.;

4) принцип возрастной адекватности коррекционной деятельности – в коррекционном процессе используются основные виды деятельности старших дошкольников, творческая активность, опираясь на особенности возраста и задачи развития, учитывая его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

Ожидаемые результаты: повышение эмоционального фона, формирование чувства доверительного отношения к членам детского коллектива, рост показателей самоконтроля и снижение тревожности, приобретение умений справляться с собственными страхами.

Формы подведения итогов реализации программы: оценка результатов программы коррекции отражается в результатах сравнительной диагностики на диагностическом и заключительном этапах исследовательской деятельности с помощью подобранного диагностического материала:

методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров), опросник оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

Перейдем к представлению календарно-тематического планирования программы коррекции страхов у старших дошкольников, реализуемой на базе МБДОУ д/с № 523 г. Екатеринбурга.

Таблица 7

Календарно-тематический план программы коррекции страхов у старших дошкольников

Месяц	Тема занятия, его цель	Занятие	Содержание коррекционной работы
ноябрь	«Лабиринты страхов» Цель: осознание собственных страхов, их принятие и устранение	1.	Разминка: приветствие, «Клубочек». Основная часть: «Лабиринты страхов». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Оживший страх» Цель: трансформация негативных явлений и образов в позитивные.	2.	Разминка: приветствие, «Дотронься до...». Основная часть: «Лепка страхов». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Смывание страхов» Цель: устранение негативных эмоциональных состояний.	3.	Разминка: приветствие, «Передай мяч, кто боится...». Основная часть: «Рисунок на стекле». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Отпускаем страх» Цель: коррекция страхов, снижение эмоционального напряжения	4.	Разминка: приветствие, «Мешок со страхами». Основная часть: «Отпускаем страх». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Сказка, но не страшная» Цель: коррекция страхов, снижение эмоционального напряжения	5.	Разминка: приветствие, «Закончи предложение» Основная часть: «Страшная сказка по кругу». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Преобразование страхов» Цель: работа с предметом своего страха.	6.	Разминка: приветствие, «Быстрые ответы». Основная часть: «Одень страшилку». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
декабрь	«Извержение вулкана» Цель: снятие напряжения, повышение эмоционального настроения	7.	Разминка: приветствие, «Угадай, что спрятано в песке». Основная часть: «Вулкан». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Ночное воображение» Цель: формирование	8.	Разминка: приветствие, «Превращение». Основная часть: «Что я вижу в темноте».

	позитивного восприятия окружающей реальности		Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Смелое сердце» Цель: формирование позитивной Я-концепции, уверенности в себе.	9.	Разминка: приветствие, «Кто первый?». Основная часть: «Смелое сердце». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».
	«Амулет смелости» Цель: формирование у ребенка уверенности в своих возможностях	10.	Разминка: приветствие, «Не боюсь». Основная часть: «Амулет смелости». Заключительная часть: рефлексивный анализ занятия, «Горячие ладошки».

На основании вышеизложенного можно говорить о том, что нами была разработана и реализована программа коррекции страхов у старших дошкольников, апробированная на базе филиала Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад комбинированного вида «Надежда», детский сад № 523, состоящая из 10 занятий, календарно-тематический план который представлен в таблице 7.

На основании гипотезы исследования, заключающейся в предположении, что коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста будет эффективна если субъект воспитательно-образовательного процесса (воспитатели, родители) будут получать обширную информационную поддержку относительно страхов, при реализации программы был включен просветительский модуль для педагогического состава старших возрастных групп и система домашних заданий, в которую был включен компонент ведения дневников эмоциональных состояний родителями, чтение специально подобранной литературы, повторение упражнений.

Коррекционная программа, в которой приняли участие представители экспериментальной группы (22 человек), была реализована с ноября по декабрь в рамках воспитательно-образовательного процесса дошкольного образовательного учреждения. Формирующая деятельность была реализована в полном объеме, дошкольники с удовольствием посещали занятия, активно участвовали как непосредственно в предложенных упражнениях основной части, так и в рефлексивном анализе занятия.

## 2.4. Результаты апробации и оценка эффективности реализации коррекционной программы

По результатам реализации программы коррекции страхов у старших дошкольников, была проведена повторная, контрольная диагностическая процедура выборки выпускной квалификационной работы (контрольная и экспериментальная группы) для выявления влияния программы на устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста, произведение оценки эффективности ее реализации. Контрольная диагностическая процедура была реализована на заключительном этапе исследовательской деятельности с применением подобранного диагностического инструментария.

Остановимся на интерпретации данных по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), сводные протоколы которой представлены в приложении 5 к выпускной квалификационной работе, и представим качественный и количественный анализ, сформировав процентное соотношение исследуемых параметров в таблице 8.

Таблица 8

Процентное соотношение исследуемых параметров на заключительном этапе по методике «Страхи в домиках»

Выраженность страха	Контрольная группа (n=22)	Экспериментальная группа (n=22)
Высокий уровень	59%	32%
Средний уровень	32%	45%
Низкий уровень	9%	18%

Анализируя таблицу 8, мы можем говорить о наличии различий в процентном соотношении показателей контрольной и экспериментальной групп по завершению реализации программы коррекции страхов. Так, заключительный этап исследовательской деятельности выявил высокий уровень выраженности страха у 59% контрольной и 32% экспериментальной групп. Средний уровень, являющийся возрастной нормой для старших

дошкольников, характерен для 32% контрольной и 45% экспериментальной группы. Низкий уровень выраженности страха и число страхов ниже показателей нормы для данного возрастного этапа, выявлен у 9% контрольной и 18% экспериментальной группы.

Произведем анализ преобладающих страхов старших дошкольников контрольной и экспериментальной группы, выявив ранговый коэффициент по количеству выборов страхов на заключительном этапе исследовательской деятельности в рамках выпускной квалификационной работы, представив полученные данные в таблице 9.

Таблица 9

Ранговый коэффициент страхов старших дошкольников на заключительном этапе по методике «Страхи в домиках»

Страхи контрольной группы	Ранг	Кол-во выборов (%)	Страхи экспериментальной группы	Ранг	Кол-во выборов (%)
Страх смерти родителей	1.	95%	Страх смерти родителей	1.	100%
Страх одиночества	2.	73%	Страх умереть	2.	73%
Страх потерять родителей	3.	73%	Страх сказочных персонажей	3.	73%
Страх сказочных персонажей	4.	73%	Страх опозданий	4.	73%
Страх животных	5.	73%	Страх животных	5.	64%
Страх опозданий	6.	68%	Страх войны	6.	64%
Страх огня	7.	68%	Страх заболеть	7.	55%
Страх темноты	8.	64%	Страх нападения бандитов	8.	45%
Страх нападения бандитов	9.	59%	Страх боли	9.	45%
Страх высоты	10.	54%	Страх огня	10.	41%
Страх войны	11.	54%	Страх темноты	11.	36%
Страх стихий	12.	36%	Страх пожара	12.	36%
Страх пожара	13.	36%	Страх укулов	13.	36%
Страх наказаний	14.	32%	Страх потерять родителей	14.	32%
Страх транспорта	15.	32%	Страх одиночества	15.	27%
Страх болезни	16.	27%	Страх транспорта	16.	27%
Страх умереть	17.	27%	Страх стихий	17.	27%
Страх незнакомцев	18.	27%	Страх высоты	18.	27%
Страх воды	19.	26%	Страх незнакомцев	19.	18%
Страх укулов	20.	26%	Страх страшных снов	20.	18%
Страх боли	21.	26%	Страх замкнутого пространства	21.	18%
Страх перед тем, как	22.	18%	Страх глубины	22.	14%

заснуть					
Страх страшных снов	23.	18%	Страх врачей	23.	14%
Страх крови	24.	18%	Страх наказаний	24.	9%
Страх глубины	25.	14%	Страх одиночества	25.	9%
Страх замкнутого пространства	26.	14%	Страх воды	26.	9%
Страх неожиданных, резких звуков	27.	9%	Страх неожиданных, резких звуков	27.	9%
Страх больших площадей	28.	9%	Страх больших площадей	28.	4%
Страх врачей	29.	4%	Страх крови	29.	4%

Анализируя выше представленную таблицу, мы можем говорить о том, что для старших дошкольников контрольной группы преобладающими страхами выступают: страх смерти родителей – 95%, страх одиночества – 73%, страх потерять родителей – 73%, страх сказочных персонажей – 73%, страх животных – 73%, страх опозданий – 68%, страх огня – 68%, страх темноты – 64%, страх нападения бандитов – 59%, страх высоты – 54% и страх войны – 54%. Таким образом выявлено, что для представителей старших дошкольников контрольной группы в большей степени характерно разнообразие видов страхов: страх смерти (смерть родителей), социально-опосредованные страхи (одиночество, потеря, опоздания, нападения), страх физических увечий (война, огонь), страх кошмарных снов (темнота), страхи животных и сказочных персонажей (животные, сказочные персонажи), а также «пространственные» страхи (высота).

Рассматривая показатели экспериментальной группы, можно говорить о том, что выявлена меньшая избирательность страхов, что свидетельствует о том, большинство старших дошкольников единогласно выбирали в качестве ведущих, «страшных» страхов: страх смерти родителей – 100%, страх умереть – 73%, страх сказочных персонажей – 73%, страх опозданий – 73%, страх животных – 64%, страх войны – 64%, страх заболеть – 55%. Мы видим, что данные страхи относятся к страхам смерти (смерть, смерть родителей), социально-опосредованным страхам (опоздание), страхам животных и сказочных персонажей (животные, сказочные персонажи), страхам физического ущерба (война), а также «медицинским» страхам (болезнь).



Останавливаясь на проективной методике «Мои страхи» (А.И. Захаров), позволяющей определить персонажей, вызывающих страх детей старшего дошкольного возраста, проанализируем рисунки детей, примеры которых представлены в приложении 6 к выпускной квалификационной работе.

Изучение рисунков детей контрольной группы показало, что старшие дошкольники изображали ведущие страхи в центральной части листа, занимая большую площадь, использовали темные цвета. Для контрольной группы характерна заостренная графика, в которой выражено большое число отчетливых линий, детализация, сильный нажим и жесткая штриховка.

В целом, произведя сравнительный анализ, можно говорить о том, что большинство старших дошкольников контрольной группы, в отличие от представителей экспериментальной, предпочитали рисовать ручкой или простым карандашом, и редко цветными карандашами. Следовательно, можно говорить о том, что для представителей экспериментальной группы характерна разнообразная палитра, яркие и насыщенные цвета, разнообразие линий, попытки трансформировать страх с положительной точки зрения как на занятии «Преобразование страхов» (дополнение страха смешными атрибутами, прорисовывание улыбки).

К основным ведущим страхам заключительного этапа так же относятся: магические персонажи, сказочные персонажи из мультфильмов, кинофильмов и мобильных игр, животные и насекомые, природные катаклизмы, чрезвычайные происшествия. Представим процентное распределение выявленных страхов с помощью гистограммы на рисунке

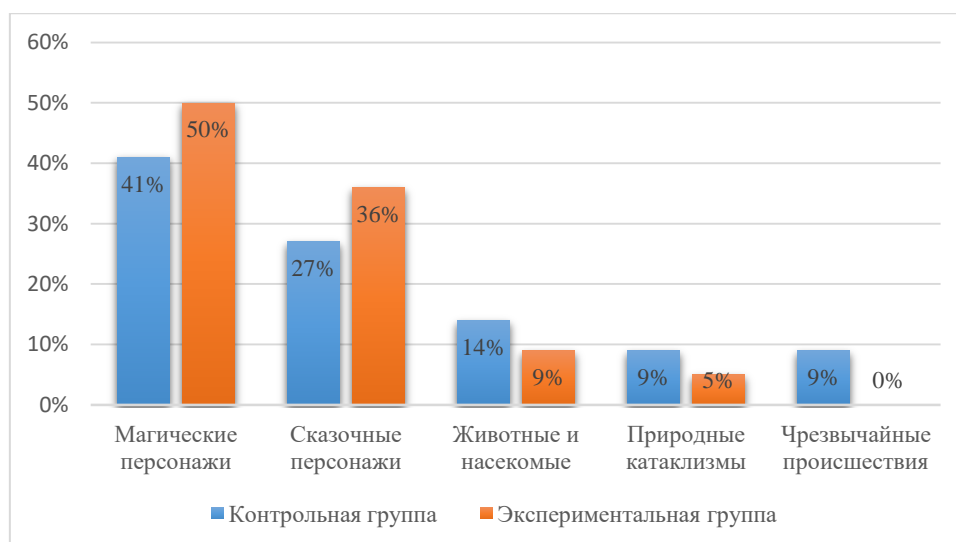


Рис. 2. Процентное распределение выявленных страхов дошкольников на заключительном этапе по методике «Мои страхи»

Рассматривая рисунок 2, мы можем говорить о том, что представителей как контрольной (41%), так и экспериментальной группы (50%) характерен ведущий страх магических персонажей (приведения, вампир, зомби, оборотень, «кракозябра»). У 27% контрольной и 36% экспериментальной группы выявлен страх сказочных персонажей – Слендермен, Горги из «Дом», Зефирка из «Холодное сердце», Эндермена из «Майнкрафт», Кримпера из «Майнкрафт», Кромешник из «Хранители снов», Акула из «В поисках Немо», Веном из «Человек-паук», скелеты из «Тайны Коко».

Страх животных (волк, крыса, гигантский кальмар, летучая мышь) и насекомых (муравьи, оса, паук, сколопендра) выявлен у 14% контрольной и 9% экспериментальной группы. Для 9% контрольной и 5% экспериментальной группы представителей старшего дошкольного возраста характерен страх природных катаклизмов, к которым мы отнесли изображенные торнадо, смерч, наводнение. Чрезвычайные происшествия, взрыв и пожар – являются ведущим личностным страхом для 9% дошкольников контрольной группы.

Рассматривая данные, полученные с помощью опросника оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко), мы можем говорить

о том, что полученные данные были проанализированы, систематизированы и представлены в виде сводного протокола в приложении 7 к выпускной квалификационной работе. Перейдем к интерпретации полученных результатов, представив процентное соотношение выраженности тревожности с позиции родителей (законных представителей) на заключительном этапе, сформированные в таблице 10.

Таблица 10

Процентное соотношение выраженности тревожности на заключительном этапе по опроснику оценки уровня тревожности

Уровень тревожности	Контрольная группа (n=22)	Экспериментальная группа (n=22)
Высокий уровень	14%	0%
Средний уровень	55%	55%
Низкий уровень	31%	45%

Анализируя таблицу 10, мы можем говорить о том, что высокий уровень тревожности с точки зрения родителей (законных представителей) старших дошкольников выявлен у 14% контрольной группы и не представлен в экспериментальной (0%). Средний уровень тревожности выявлен у равного количества представителей контрольной (55%) и экспериментальной (55%) группы. Низкий уровень тревожности характерен для 31% контрольной и 45% экспериментальной группы. На основании полученных данных мы можем констатировать факт снижения уровня личностной тревожности до среднего и нижнего уровня, тогда как показатели тревожности контрольной группы остались неизменны.

Для выявления значимых различий был применен t-критерий Вилкоксона в программном пакете для статистического анализа Statistica 8 – непараметрический статистический критерий, используемый нами для сравнения двух связанных выборок (экспериментальная группа) по уровню выраженности страхов и уровню тревожности. Полученные данные сформированы в виде таблицы 11.

Таблица 11

## Результаты статистической проверки различий на заключительном этапе

Исследуемые параметры	Экспериментальная группа (n=22)		T	Z	p-value
	Диагностический этап	Заключительный этап			
Выраженность страхов	11,86	10,09	8,00	3,37	0,00
Уровень тревожности	10,90	7,45	36,50	2,74	0,00

Рассматривая таблицу 11, мы можем говорить о том, что статистическая проверка с применением t-критерия Вилкоксона при  $p < 0,05$ , показала достоверные значимые различия по таким исследуемым параметрам, как выраженность страхов и уровень тревожности экспериментальной группы на диагностическом и заключительном этапе исследовательской деятельности, что доказывает эффективность программы коррекции страхов у старших дошкольников.

### Выводы по главе 2

Глава эмпирического исследования коррекции страхов у старших дошкольников направлена на эмпирическое изучение страхов детей старшего дошкольного возраста, составление и апробацию программы коррекции страхов у старших дошкольников и оценку ее эффективности.

Остановливаясь на методах и условиях реализации эмпирического исследования нами была представлена база исследовательской деятельности, основные этап, обоснована работа с детьми старшего дошкольного возраста, с родителями (законными представителями) воспитанников и с воспитателями старших возрастных групп дошкольного образовательного учреждения, представлены методы эмпирического исследования: методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров), опросник оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

Результаты эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста показали, что у большинства детей старшего дошкольного возраста (59% контрольной и 64% экспериментальной групп) выявлен высокий уровень выраженности страхов с преобладанием страха смерти, социально-опосредованных страхов и страхов животных и сказочных персонажей. При изображении страхов использовали темные тона, применялся сильный нажим и жесткая штриховка. Опросник, заполняемый родителями (законными представителями) старших дошкольников выявил средний уровень тревожности (54% контрольная и 72% экспериментальная группы). На основании полученных данных актуализируется разработка программы коррекции страхов у старших дошкольников.

Программа, основной целью которой явилось создание условий психологической коррекции, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста была реализована на базе МБДОУ д/с № 523 г. Екатеринбурга и включила в себя 10 занятий с применением арт-терапевтических техник (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия).

Представляя результаты апробации и производя оценку эффективности реализации коррекционной программы нами была реализована контрольная диагностика, в рамках которой был констатирован факт преобладания среднего уровня (с 36% до 45%) и низкого уровня (с 0% до 18%) выраженности страхов дошкольников, являющегося возрастной нормой, а также снижения уровня личностной тревожности до нижнего уровня (с 14% до 45%). Качественный анализ детских рисунков показал, что по завершению реализации программы коррекции представители экспериментальной группы применяли разнообразную палитру, яркие и насыщенные цвета, а также попытку трансформировать страх с положительной точки зрения. Статистическая проверка с применением t-критерия Вилкоксона при  $p < 0,05$ , показала достоверные значимые различия по таким исследуемым

параметрам, как выраженность страхов и уровень тревожности экспериментальной группы, что доказывает гипотезу исследования.

## **Заключение**

Проблематика детского страха имеет давнюю историю изучения в рамках теоретической и практической психологической науке, однако в настоящее время в связи со значительными изменениями в социально-культурной среде, проблема возникновения и коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста становится все более актуальной.

Целью исследовательской работы стало теоретическое обоснование и апробация программы, направленной на коррекцию страхов у детей старшего дошкольного возраста, в связи с этим теоретическая часть работы была посвящена изучению феномена страха в психолого-педагогической литературе, выявлению возрастных особенностей страхов у представителей старшего дошкольного возраста и анализу средств коррекции страхов у старших дошкольников.

Теоретический анализ коррекции страхов у старших дошкольников показал, что феномен страха представляет собой категориальную составляющую философии, культурологии, психологии и педагогики. Рассмотрев генезис становления понятия выявлено, что страх изучался на протяжении всего исторического развития и, в обобщенном смысле, представляет собой эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека при переживании им реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия. Анализ литературы показал, что страх условно классифицируется на ситуационный, возникающий в необычных для индивида ситуациях, обстоятельствах и личностно-обусловленный, то есть зависящий от индивидуально-личностных особенностей человека. Страх выполняет разнообразные функции в жизни индивида и сопровождает его на всех возрастных периодах, однако, не смотря на целесообразность своего возникновения, зачастую страх становится препятствием для достижения личностных целей.

Представив психофизиологическую особенность старших дошкольников нами изучены особенности страхов детей старшего дошкольного возраста. Данный возрастной период предстает возрастом наибольшей выраженности страхов, что обусловлено эмоциональным и когнитивным развитием, выросшим пониманием чувства опасности. Изучение методологических подходов к рассмотрению природы страхов старших дошкольников показало, что концепция возникновения страхов основывается на инстинктивных механизмах, поведенческих реакциях и социальном научении. Ведущим страхом старшего дошкольника является страх смерти – его формирование означает осознание ребенком необратимости в пространстве и времени протекающих временных и возрастных изменений. Кроме этого, для старших дошкольников характерны страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страхи ночных кошмаров, страх природных катаклизмов и физического ущерба, страх заболеть, страхи, связанные с усвоением социальных норм.

Рассматривая средства коррекции детских страхов, большинство представителей психолого-педагогической науки (Л.А. Белозерова, К.А. Володина, Т.Г. Глухов, О.А. Ионов, А.И. Копытин) отмечают арт-терапию в качестве основы психокоррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста в связи с тем, что творческий процесс позволяет в символической форме трансформировать проблемную ситуацию страхов и найти пути ее разрешения, выразить эмоции и осознать переживания дошкольника. Выявив разнообразие видов, нами сформированы наиболее предпочтительные направления при коррекции страхов старших дошкольников – изотерапия, пластилинотерапия, песочная терапия, сказкотерапия.

В соответствии с теоретическим анализом, вторая глава исследовательской работы направлена на эмпирическое исследование коррекции страхов у старших дошкольников. Эмпирическое исследование осуществлялось в 2019-2020 учебном году на базе МБДОУ д/с № 523 в



рамках модели, включающей в себя подготовительный, диагностический, формирующий и заключительный этапы. Диагностическим инструментарием выступили методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров), опросник оценки уровня тревожности (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

Результаты эмпирического изучения страхов у детей старшего дошкольного возраста показали, что у большинства детей старшего дошкольного возраста выявлен высокий уровень выраженности страхов с преобладанием страха смерти, социально-опосредованных страхов и страхов животных и сказочных персонажей. При изображении страхов использовали темные тона, применялся сильный нажим и жесткая штриховка. Опросник, заполняемый родителями (законными представителями) старших дошкольников выявил средний уровень тревожности. Статистическая проверка с применением U-критерия Манна-Уитни при  $p < 0,05$ , показала отсутствие значимых различий показателей контрольной и экспериментальной группы. На основании полученных данных актуализируется разработка программы коррекции страхов у старших дошкольников.

Целью программы коррекции страхов у старших дошкольников стало создание условий психологической коррекции, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста. Программа включила в себя непосредственную работу со старшими дошкольниками в рамках 10 групповых занятий с применением арт-терапевтических техник (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия), а также предполагала систему домашних заданий: ведение родителями (законными представителями) дневников эмоциональных состояний детей, чтение специально подобранной литературы, повторение упражнений. Коррекционная программа, в которой приняли участие представители экспериментальной группы (22 человека) была реализована в полном объеме, старшие дошкольники с удовольствием посещали занятия, активно

участвовали как непосредственно в предложенных упражнениях основной части, так и в рефлексивном анализе занятия.

По результатам реализации программы коррекции страхов у старших дошкольников, была проведена контрольная диагностическая процедура с целью оценка эффективности реализации программы. Исследование констатировало рост срединного (на 9%) и низкого уровней (на 18%) преобладания страхов, а также снижение уровня личностной тревожности до нижнего уровня (на 31%). Качественный анализ детских рисунков показал, что по завершению реализации программы коррекции представители экспериментальной группы применяли разнообразную палитру, яркие и насыщенные цвета, а также попытку трансформировать страх с положительной точки зрения. Статистическая проверка с применением t-критерия Вилкоксона при  $p < 0,05$ , показала достоверные значимые различия по таким исследуемым параметрам, как выраженность страхов ( $T_{\text{эмп.}} = 8,00$ ) и уровень тревожности ( $T_{\text{эмп.}} = 36,50$ ) экспериментальной группы.

Таким образом гипотеза, выдвинутая при написании исследовательской работы – подтвердилась в полном объеме. Следовательно, мы можем говорить о том, что при коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста целесообразно выстраивать обширную информационную поддержку относительно страхов, программа коррекции должна носить комплексный характер и включать в себя арт-терапевтические техники (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия) в качестве системообразующего и наиболее эффективного метода коррекции в старшем дошкольном возрасте.